

Fitness Zone DPFC

Openingstijden

Maandag, Dinsdag en Donderdag

09.00-12.00 uur Fitness
12.00-15.00 uur Gesloten
15.00-22.00 uur Fitness
16.00-19.00 uur Jongeren Fitness

Woensdag

09.00-22.00 uur Fitness
18.00-19.00 uur Kinder Fitness
16.00-19.00 uur Jongeren Fitness

Vrijdag

09.00-21.00 uur Fitness
16.00-19.00 uur Jongeren Fitness

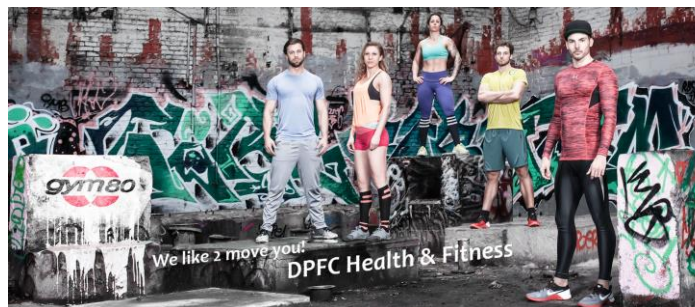
Zaterdag

09.00-16.00 uur Fitness
09.00-16.00 uur Jongeren Fitness

Zondag

09.00-12.00 uur Fitness
09.00-12.00 uur Jongeren Fitness

Fitness Zone DPFC



Functional Training



BOOTCAMP

Trainingen buiten;

- Maandag; 19.15-20.00
- Woensdag; 10.00-10.45 uur
- Woensdag; 20.15-21.00

Functional Training

Small Group trainingen in de fitness;

- Maandagochtend 10.00-10.30 uur
- Maandagavond 20.30-21.00 uur
- Dinsdagochtend 10.00-10.30 uur
- Dinsdagavond 19.00-19.30 uur
- Woensdagavond 19.30-20.00 uur
- Donderdagochtend 09.00-09.30 uur
- Zaterdag 10.00-10.30 uur
- Zaterdag 11.00-11.30 uur

DPFC Sport & Dance Kromhoutstraat 13 3067 AE Rotterdam
www.dpfc.nl informatie@dpfc.nl 010-4557995
Tot ziens in ons veelzijdige sport & dans centrum!